

Ajuntament de Castellar del Vallès

Actualitat

Imatge de la primera sortida per un dels dos nous itineraris de "Camina i fes salut"
Imatge de la primera sortida per un dels dos nous itineraris de "Camina i fes salut"

L'Ajuntament inclou dos nous itineraris urbans a l'oferta de circuits de promoció de l'activitat física "Camina i fes salut"

Dimarts 28 de maig de 2013

L'Ajuntament de Castellar del Vallès ha inclòs dos nous itineraris urbans a l'oferta de circuits de promoció de l'activitat física "Camina i fes salut". Així, des d'aquest mes de maig, Castellar disposa de nous circuits que se sumen als tres itineraris que es van estrenar l'any 2009 i que transcorren pel nucli urbà i la zona de l'Eixample (4,1 km), el parc de Colobres i la ronda de Llevant (3,9 km) i la plaça de la Fàbrica Nova i el Pla de la Bruguera (3,1 km).

L'estrena dels nous circuits "Camina i fes salut" s'ha emmarcat en el Mes temàtic de la Salut i l'Alimentació, que aplega una programació d'activitats diverses durant tot el mes de maig. En aquest sentit, el passat dimecres 15 de maig es va presentar el primer dels dos nous itineraris, un recorregut de 4,75 km que s'ha titulat "Places del nord" i que passa per les places Catalunya, Mn. Cinto Verdaguer, Canigó, Albert, Vella, Lluís Companys, Era d'En Petasques, Mestre Gelonch, parc de Canyelles, Mirador i Francesc Macià.

D'altra banda, la segona passejada de nova creació, titulada "Places del Sud", de 4,53 km, recorre les places del passeig de l'Arbreda, passeig Luxemburg, Europa, de la Fàbrica Nova, Miranda, de Ca la Munda, del Forjador, del Mestre Anyé, Calissó, Josep M. Folch i Torras, dels Horts de l'Alemanya, Pau Casals i Emili Altimira. Aquesta proposta es farà per primera vegada demà dimecres, dia 29 de maig, a partir de les 9.30 hores.

Cal recordar que les passejades, totes elles de dificultat baixa o moderada, es porten a terme setmanalment, i que s'inicien i retornen a la porta del Centre d'Atenció Primària de Castellar, al número 30 del carrer de Ripollet. Tot i que habitualment comencen a les 9.30 hores, l'organització ha informat que els dimecres del mes de juny l'inici serà a les 9 hores.

Els itineraris "Camina i fes salut" són una iniciativa sorgida de la Comissió d'Activitat Física i Alimentació Saludable del Programa Municipal de Salut oberts a tota la població però especialment indicats per a col·lectius amb característiques especials, com ara persones obeses, gent gran o persones que pateixen trastorns crònics.

Per tal de promoure l'ús d'aquests itineraris, s'ha editat un tríptic on s'inclouen els dos nous itineraris amb una plànol detallat i es faciliten diversos consells a tenir en compte abans de començar a caminar. Aquest material estarà disponible al Centre

d'Atenció Primària, i en diverses dependències municipals (El Mirador, Espai Tolrà, Palau Tolrà).

- [Avís legal](#)
- [Sobre el web](#)
- [Accessibilitat](#)
- [Mapa web](#)

Ajuntament de Castellar del Vallès · Passeig Tolrà, 1 | 08211 Castellar del Vallès |
Tel. 93 714 40 40